

2024 歸仁國中暑假籃球精進營 - Basketball camp

活動主旨：在本次暑假期間安排了六梯次每期五天的籃球訓練營，包含籃球的體能訓練、個人技巧、團隊合作及進攻防守觀念，在課程中不僅只有訓練，也包含了生活教育、自我管理，並且學會與同儕互助、自助的團隊訓練。

主辦單位：歸仁國中家長會

協辦單位：歸仁籃球委員會

承辦單位：歸仁國中籃球隊

招生對象：上午班：國小一～六年級熱愛籃球且對籃球有基礎概念的孩子們，本次目的為籃球精進訓練課程並提升球技為主。

整天班：國小五、六年級熱愛籃球且對球隊訓練及團隊籃球有嚮往的孩子們，整體的訓練會比較偏向球隊操練模式小朋友可以挑戰看看。

教練師資：歸仁國中林士傑教練、楊朝仁教練
帶領歸中籃球隊晉級國中籃球乙組聯賽南區複賽
112年台南中等籃球對抗賽冠軍

活動地點：歸仁國中風雨籃球場

活動日期、梯次：報名截止為每梯次前十天 同時也會通知當梯次是否開

第一梯次 113年07月01日(一)至113年07月05日(五)

第二梯次 113年07月08日(一)至113年07月12日(五)

第三梯次 113年07月15日(一)至113年07月19日(五)

第四梯次 113年08月05日(一)至113年08月09日(五)

第五梯次 113年08月12日(一)至113年08月16日(五)

第六梯次 113年08月19日(一)至113年08月23日(五)

課程內容：

項目	課程內容	上課地點	收費標準	注意事項
籃球	1. 體能活動 2. 基本防守 3. 籃球球操 4. 變化運球 5. 強化傳球 6. 投籃技巧 7. 綜合上籃 8. 團隊攻防 9. 防守觀念 10. 全場快攻 11. 半場攻防 12. 小組對打	歸仁國中 風雨籃球場	上午班收費 1800 元 整天班收費 3600 元 憑之前收據或毛巾 本 次不領毛巾可折 250 元	每梯次 8 人開課， 20 人額滿

上課時間：上午班：早上 09:00 集合，中午 12:00 下課

整天班：早上 09:00 集合，下午 05:00 下課

上課費用：上午班：收費 1800 元(含保險費、歸中特製精美毛巾一條)

整天班：收費 3600 元(含保險費、每日午餐、歸中特製精美毛巾一條)

憑之前收據或毛巾 本次不領毛巾可折 250 元

第一次參與者統一發放毛巾，無折抵

報名方式：請至QRcode網址填寫報名資料

並於營隊開訓第一天現場繳交報名費

教練連絡電話：林士傑教練 0983-769966

楊朝仁教練 0918-501598



或加 Line 詢問

